



HERBÁŘ ROSTLIN 09. 10. 2012

Smrk ztepilý /Picea abies/

Smrk ztepilý má kuželovitou korunu, přímý kmen a větve v pravidelných přeslenech. Dosahuje výšky 35 - 50 metrů, vzácně i více, průměr kmene je až 1,5...

Smrk ztepilý - popis

Smrk ztepilý má kuželovitou korunu, přímý kmen a větve v pravidelných přeslenech. Dosahuje výšky 35 - 50 metrů, vzácně i více, průměr kmene je až 1,5 metru a stárí až 400 let. Borka je červenohnědá až šedohnědá, šupinovitě odlupčivá. Jehlice jsou 1 - 3 cm dlouhé, na konci zašpičatělé, leskle tmavozelené, na průřezu čtyřhranné. Samčí květy, zvané šištice, jsou po rozkvetu žluté, samičí červené. Plodem smrku je nerozpadavá převíslá šiška hnědé barvy a válcovitého tvaru, která je 8 - 16 cm dlouhá. Kořenový systém smrku je talířovitý, a proto není strom příliš odolný vůči silným větrům a snadno se vyvrací.

Smrk ztepilý - léčivé účinky

Pro léčivé účely se ze smrku používá nejčastěji **pryskyřice**, jejíž účinnou složkou je hlavně terpentýnová silice. Pryskyřice se v mnoha úpravách používala k léčbě vnějších i vnitřních potíží. Připravovali se z ní například masti a koupele pro zlepšení prokrvení kloubů a celých končetin. Léčilo se tím hlavně revma, bolesti kloubů a zad. I dnes můžeme najít přípravky s výtažkem této silice v kloubních mastech apod. Smrková pryskyřice, mladé smrkové výhonky, jehličí a šišky léčí i vnitřní nemoci, nejčastěji se používaly v případě nachlazení, kašle, bronchitidy a rýmy. Z jehličí a mladých výhonků se vaří čaj, který je vhodné užívat hlavně k **léčení respiračních onemocnění**, protože zlepšuje odkašlávání, ředí a uvolňuje usazený sekret v dýchacích cestách i v nosních dutinách.

Použitelné části smrku ztepilého: celá rostlina

Období květu: květen a ž červenec

Použití a pěstování

Smrk ztepilý nemá velké nároky na půdu, roste i na kyselějších a písčitéch podkladech, vyžaduje však přiměřenou půdní vlhkost. Je klimaxovou dřevinou a roste často v souvislých porostech, v monokulturách pak opad vytváří vrstvu surového humusu, který zvyšuje půdní kyselost. Smrk není náročný na klima, je však velmi choulostivý vůči suchu a imisím. Dřevo smrku je žlutobílé s výraznými letokruhy, je lehké, pružné a pevné, snadno opracovatelné. Je výbornou surovinou pro výrobu papíru. Další využití má ve stavebnictví, při výrobě nábytku, jako dřevo důlní a jako palivo. Z vybraných horských smrků s hustými letokruhy se získává cenné rezonační dřevo pro výrobu hudebních nástrojů. Smrk v současnosti zaujímá víc než 50% druhové skladby lesů a odhaduje se, že původně, při přirozeném výskytu smrku, to bylo asi kolem 11% všech dřevin.

Tip: Smrkový med

Velkou zavařovací sklenici naplníme mladými, čerstvě natrhanými **smrkovými výhonky** a po okraj zalijeme vodou. Sklenici umístíme na slunné místo, a takto necháme výhonky luhovat po dobu 4 dní. Vodu pak slijeme do hrnce, můžeme přidat listy jahodníku a na mírném ohni vaříme 20 minut, přecedíme a smícháme s cukrem v poměru 1:1, znovu uvedeme do varu a postupně odpařujeme vodu až do požadovaného zhoustnutí. Med ještě za horka naplníme do uzavíratelných sklenic, kde nám vydrží i dlouhé měsíce.